

PENGALAMAN RELIGIUS DALAM MEDITASI TRANSENDENTAL

Erba Rozalina Yuliyanti

(Dosen Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung)

Abstract

This study tries to identify and analyse two types of thought, i.e. Western (Psychologists) and Islam thought (Sufist) in dealing with the phenomena of Religious experience. According to William James Religious experience is the experience of feeling close to something sacred. These experiences occur directly and emergent, but lead to the strengthening of religion and faith to the Creator. In the other hand, in Tasauf, the Religious experience is an esoteric experience or mystical experience. These experiences can be found through the Tarekat namely dzikir or muraqabah, in Psychology named Transcendental Meditation. This method aims to strengthen faith in the real aqidah and moral purity. In Psychology, the Religious experience which is gained in all religion teaching has many psychological dynamics: the object of the mind, stimulating, and positive perception of the sacred. Therefore, these dynamics will produce the spiritual health for those who do

Keywords : Religious experience, transcendental meditation, psychology

Pendahuluan

Pengalaman keagamaan dalam arti merasakan religisitas sangat didambakan oleh setiap pemeluk agama. Ini terjadi karena pengalaman keagamaan terkait dengan pemenuhan kebutuhan manusia. Kebutuhan tersebut adalah sesuatu yang bersifat universal, yang merupakan kebutuhan kodrati setelah kebutuhan fisik terpenuhi, yakni kebutuhan akan cinta dan mencintai Tuhan yang kemudian melahirkan kesediaan pengabdian kepada Tuhan

Usaha manusia untuk selalu berada sedekat-dekatnya dengan Tuhan merupakan cermin kerinduan nurani manusia terhadap Tuhannya. Usaha semacam ini bermula dari kesadaran manusia bahwa ia berasal dari Tuhan dan akan kembali kepadaNya. Kesadaran ini menimbulkan pengalaman keagamaan pada dirinya mengenai hubungan dengan Tuhannya, yang terefleksikan dalam sikap takut, cinta, rindu, dan ingin dekat denganNya. Pengalaman keagamaan ini kemudian

terpolakan menjadi suatu sistem ajaran yang mengajarkan bagaimana cara, metode ataupun jalan yang harus ditempuh untuk mencapai tujuan yakni kembali menyatu dengan Tuhan.¹Cara dan metode yang banyak dilakukan oleh umat beragama disebut dengan meditasi transcendental.

Oleh karena itu dengan adanya kajian ini semoga dapat berusaha untuk dapat mengupas tentang pengalaman keagamaan (pengalaman Religius) dalam meditasi transcendental.

Pembahasan

Memahami agama dari gejala-gejala psikologi sangat menarik karena pendekatan psikologi yang di gunakan tokoh-tokoh sangat berbeda. Ada yang menganggap bahwa agama sebagai irasionalitas dan patologi, di antaranya James Leuba yang menyimpulkan bahwa pernyataan kaum mistikus setelah merasakan pengalaman agama bersifat naif dan khayali.²Sedangkan Carl Gustav Jung, mencari prototipe berbagai pemikiran dan aksi pribadi manusia sampai pada sejarah ras manusia yang tidak di sadari, dan mensugestikan bahwa agama menampilkan metode yang telah di kembangkan oleh umat manusia untuk hidup dengan ketakutan-ketakutan dan frustasi-frustasi yang dibangun dalam dunia bawah sadar mereka.³ Sedangkan Freud tokoh psikoanalisa berasumsi bahwa agama adalah sebuah khayalan.⁴ Khayalan bukanlah sesuatu yang janggal, akan tetapi sebagai bentuk kepercayaan yang di pegang untuk mengharap ketenangan dari berbagai bentuk pandangan yang saling bertubrukan. Banyak hal yang di pertentangkan manusia termasuk pencipta dunia. Untuk menjadikan diri seseorang tenang maka seorang individu berilusinasi sebagai jawaban atas kegalauan yang bergelimang didirinya. Hal tersebut dilakukan untuk menyingkirkan banyaknya argumen yang saling bertubrukan tadi. Hal ini juga merupakan upaya agar kehidupan seseorang tadi dapat berlanjut dan dapat berdampingan dengan Tuhan.

William James seorang tokoh psikologi agama sejak awal tidak menyetujui pandangan Jung dan Freud yang menganggap fenomena keagamaan dan pengalaman ruhaniah manusia selaku berkaitan dengan bahkan berawal dari

kondisi psikologis dan kesehatan manusia. Dalam karya agunginya *The Varieties of Religious Experiences*, James mendiskusikan agama sebagai sesuatu yang muncul dari bagian terluas pengalaman manusia.⁵ Pengalaman akan penghayatan, dan tindakan kerohanian yang sifatnya sangat unik dan personal dalam keterlibatan seseorang dengan sesuatu yang di anggapnya suci. Dengan demikian maka agama merupakan bagian ekspresi dari pengalaman psikologi individu.

Topik yang paling banyak di kaji dalam ilmu jiwa agama adalah fenomena perubahan kehidupan beragama yang dramatis, yang sering di sebut konversi agama (*Religious conversion*). Konversi agama adalah suatu pertumbuhan atau perkembangan spiritualitas yang mengandung perubahan arah yang cukup berarti dalam sikap terhadap ajaran dan tindak agama.⁶ Ini berarti bahwa konversi agama menunjukkan bahwa suatu perubahan emosi yang tiba-tiba kearah mendapat hidayah Tuhan secara mendadak telah terjadi dan mungkin pula terjadi perubahan tersebut secara berangsur-angsur.

Perubahan tersebut dapat termanifestasikan dalam tiga hal. *Pertama*, perubahan afiliasi keagamaan dimana seseorang berpindah dari agama satu ke agama lain. *Kedua*, peningkatan penghayatan keagamaan orang-orang yang semula tidak peduli agama atau tidak percaya dengan agama (*agnostic*) menjadi orang yang sangat Religius. *Ketiga* perubahan atau peningkatan komitmen dan keyakinan beragama dalam konteks agama yang sama.⁷

Berdasarkan perubahan arah konversi agama diatas, Tholuess membedakan antara “konversi biasa” (*ordinary conversion*) dan konversi mistis (*mystical conversion*).⁸ Istilah “konversi biasa” di gunakan untuk perubahan beragama dari *agnostic* (tidak percaya Tuhan dan kehidupan setelah mati) menuju kehidupan beragama yang serius. Termasuk dalam hal itu adalah perubahan dari satu agama ke agama lain. Sementara itu Thoules mendefenisikan “konversi mistis sebagai perubahan religius yang alami dari kehidupan beragama yang di laksanakan orang pada umumnya menuju kehidupan beragama yang mencakup dimensi mistis dalam konteks agama yang sama.

Senada dengan pandangan Thoules di atas, James mengatakan bahwa pengalaman Religius (*religion experience*) di peroleh ketika proses konversi

berlangsung. Pengalaman ini menunjukkan betapa pada sebagian orang rasa tentang Tuhan melekat pada diri mereka sejak lahir. Ketiga pandangan di atas dapat di pahami bahwa pengalaman Religius terjadi secara langsung dan bersifat mendadak namun berujung pada penguatan keagamaan dan keyakinan kepada Sang Pencipta.

Pendapat kedua tokoh psikologi agama di atas sangat berbeda dengan pendapat beberapa ahli ilmu jiwa dan ilmu agama di antaranya Charlers T Tart yang mengatakan bahwa pengalaman religius tidak hanya terjadi secara alamiah sebagai sebuah pengalaman yang tidak di perkirakan oleh individu, tetapi pengalaman religius dapat juga terjadi sebagai dampak dari disiplin spiritual yang khusus, yaitu meditasi.⁹ Pendapat Tart ini juga di kuatkan oleh Lajoe dan Saphiro bahwa inti kemanusiaan adalah bukan fisik jasmaninya, melainkan psikis rohani, manusia memiliki kesadaran spiritual yang bias berubah dan meningkat melalui jalan-jalan tertentu diantaranya melalui latihan meditasi. Bahkan untuk mencapai kesadaran tingkat tinggi (merasakan keberadaan Tuhan), emosi memegang peranan yang lebih penting daripada peran rasio.¹⁰ Pengalaman-pengalaman religius memiliki nama-nama lain dan menyerupai pengalaman supranatural¹¹ pengalaman-pengalaman luar biasa manusia dan¹² Pengalaman-pengalaman mistik.

William James mendefenisikan pengalaman religius sebagai sebuah pengakuan terhadap kekuatan di luar diri yang serba mahal yang dapat di jadikan sebagai sumber nilai-nilai luhur abadi yang mengatur tata hidup manusia dan alam raya semesta ini.¹³ Sedangkan O'Kane mengartikan pengalaman religius di sini sebagai pengalaman mistik atau pengalaman rohani di mana orang merasakan bersentuhan dengan "sesuatu" yang bersifat ketuhanan atau merasakan penyatuan seluruh dimensi dalam diri dan kehidupannya.¹⁴

Para ahli psikologi agama telah mengidentifikasi beberapa tema pengalaman religius yang sering di temukan pada berbagai tradisi keagamaan. Di antara beberapa tema pengalaman religius yang di temukan pada berbagai literature adalah: *Pertama*: Ia merupakan suatu kondisi yang mustahil dapat di deskripsikan atau di jabarkan. Kondisi tersebut merupakan perasaan (*state of*

feeling) yang sulit di lakukan pada orang lain dengan detail kata sekalipun. Karakteristik ini terkait dengan dimensi emosional. Seperti halnya pengalaman-pengalaman emosional yang lain (misalnya jatuh cinta) pengalaman religius tidak mungkin dapat di ekspresikan secara verbal dengan utuh. Ini menunjukkan bagaimana kedalaman pengalaman religius yang hanya bisa di pahami oleh orang yang bersangkutan atau oleh orang yang pernah mengalaminya.

Oleh karena itu sebagian besar pengalaman religius di ekspresikan dalam ungkapan-ungkapan simbolik. Begitupun Schleiermacher meyakini bahwa pengalaman religius bukan sejenis pengalaman pengetahuan dan rasionalitas, namun perasaan ketergantungan secara mutlak dan perasaan mendalam terhadap “Sang Pencipta”, atau merasakan kekeuatan yang berbeda dari alam. Tidak ada sama sekali landasan pengetahuan yang dijadikan landasan bagi pengalaman keagamaan, dan karena pengalaman ini sejenis perasaan atau sentimen, maka pengalaman ini melampaui wilayah pengetahuan dan tidak dapat di deskripsikan. Oleh Al-Ghazali perasaan yang mendalam terhadap sebuah kekuatan yang di dapati dari amaliah-amaliah *muraqabah* tidak boleh diungkapkan secara terbuka.¹⁵ Namun bagi Neal Donald Walsh dalam bukunya “*Conversion with God*” menceritakan apa yang di alaminya dan apa yang di katakan Tuhan kepadanya. Menurutnya Tuhan telah berada di dalam dirinya dan mengajak berdialog dengan dirinya. Bagi Walsh pengalaman yang di alaminya merupakan sebuah pengalaman yang sangat indah, yang harus disebarakan kepada semua manusia.¹⁶

Kedua: Ia merupakan suatu kondisi pemahaman (*noetic*). Artinya bahwa pengalaman ini tidak hanya berupa pengalaman emosional semata di mana orang merasakan keterdekatan dengan Tuhan, tetapi lebih daripada itu pengalaman ini berfungsi juga sebagai sumber inspirasi, *insight*, pengetahuan, dan pencerahan. Di sini pengalaman religius ini dapat memberikan stimulus bagi fungsi kognitif sehingga dapat merangsang timbulnya ide-ide baru yang tidak pernah terpikirkan sebelumnya. Dalam tradisi islam di kenal adanya *ilmu ladduni* yaitu sebuah ilmu yang cara memperolehnya tidak melalui metode kognitif melainkan secara intuitif yang berkaitan dengan pengalaman mistis.

Ketiga, pengalaman religius mempunyai kualitas kesatuan (*quality of unity*). Artinya bahwa orang yang mendapatkan pengalaman mistis dapat merasakan keutuhan dan kesatuan (*oneness*) segala sesuatu, bahwa hakikatnya semua manusia itu di alam semesta ini adalah “*satu*”. Pengalaman religius melibatkan kesakralan yang menimbulkan rasa kagum dan terpesona. Dalam wilayah tasawuf, Abi Yazid memaknai perasaan seperti ini dengan *tajrid fana fi al-tauhid (ittihad)*¹⁷, yaitu perpaduan dengan Tuhan tanpa di antarai sesuatu apapun. Menurut Al-Kalabadzi, *ittihad* ini adalah tingkat tertinggi yang dapat dicapai dalam perjalanan jiwa manusia.¹⁸ Orang yang telah sampai ke tingkat ini, dia dan Tuhannya telah menjadi satu, terbukalah dinding baginya, dia dapat melihat sesuatu yang tidak pernah di lihat oleh matanya, mendengar sesuatu yang tidak pernah di dengar telinga dan tidak pernah terlintas di hati. Pada saat itu sering keluar ucapan yang ganjil dan aneh yang di sebut dengan istilah *syatahat*.¹⁹ Pengalaman ini oleh al-Hallaj di sebut dengan *hulul lahut fi nasut* (penyerapan roh ketuhanan ke dalam tubuh manusia).²⁰ Menurutnya Tuhan memilih tubuh manusia tertentu untuk bersemayam di dalamnya dengan sifat ketuhanan-Nya (*lahut*), setelah sifat kemanusiaan (*nasut*) yang ada pada manusia di lenyapkan. Ketika itu seorang sufi tidak sadar sehingga ucapan ganjilpun akan keluar tanpa di sadari.

Keempat, pengalaman religius adalah sebuah pengalaman yang nyata (*real*). Meskipun dalam pengalaman tersebut sering disertai dengan pandangan visual atau orang mendengar suara-suara yang tidak bias di dengar oleh orang lain, seperti yang di alami oleh orang yang mengalami gangguan jiwa psikotik. Pengalaman religius menimbulkan perasaan positif yang mendalam. Orang merasakan pengalaman kebahagiaan, merasa mendapat keberkahan dan kedamaian.

Kelima, pengalaman religius mempunyai unsur keterlepasan dengan dimensi ruang dan waktu (*timeless and spaceless*). Keterlepasan dengan dimensi ruang terjadi ketika orang merasakan bahwa dia tidak lagi berada di tempatnya saat itu. Dia merasa seperti berada di alam lain. Dan tidak jarang orang mendapatkan pemahaman atau pengetahuan tentang sesuatu yang akan terjadi di kemudian hari. Atau pengalaman memasuki kehidupan baru. Tetapi bagi orang

yang mendapatkan pengalaman ini pemahaman tentang masa depan bukan merupakan tujuan utama. Bahkan hal ini sering di anggap sebagai godaan atau halangan dalam mencapai tujuan kehidupan spiritual.

Dan keenam, karakter pengalaman religius berifat pasif. Artinya bahwa orang yang mendapatkan pengalaman religius tidak mau mengklaim bahwa apa yang diperolehnya merupakan hasil dari usahanya, melainkan dari karunia Tuhan. Disini rasa ke-aku-an telah hilang. Bahkan lebih jauh lagi sering orang merasakan bahwa pikiran, perasaan, maupun seluruh perilakunya bukan berasal dari dirinya sendiri. Dia hanyalah sebagai sarana atau media bagi kekuatan Tuhan bekerja dalam dirinya.

Adapun pengertian pengalaman mistik menurut Stace adalah sebuah pengalaman yang berangkat dari penjelajahan internal manusia yang memiliki keistimewaan-keistimewaan seperti kesatuan individual dan puncak kemanunggalan.²¹ Di pertegas lagi oleh Rudolf Otto bahwa relasi antara “saya dan saya” adalah sebuah relasi kehadiran dan disertai dengan kesatuan. Jenis pengalaman ini memiliki tiga kekhususan seperti perasaan bergantung kepada Yang Mutlak, perasaan takut, dan tunduk.²² Di dunia tasawuf pengalaman mistik adalah pengalaman-pengalaman esoteric dan pengalaman Religius dalam bentuk hal, maqam, dan makrifat langsung. Namun pada akhirnya pengalaman Religius akan mendatangkan pengalaman mistik. Al-Ghazali merupakan psikolog sufistik yang memiliki pengalaman puncak spiritual dengan motivasi al-ma’rifah.²³ Menurut al-Ghazali ma’rifah merupakan cahaya Ilahi yang di hujamkan pada kalbu yang suci dan dikehendaki-Nya. Ketika al-ma’rifat dirasakan oleh seorang, maka ia mengalami penyingkapan (*kasyaf*) dan penyaksian (*musyahadah*) terhadap ilmu yang hakiki. *Ma’rifat* diperoleh melalui penajaman cita rasa (*dzauq*) setelah melakukan penyucian diri (*tazkiyah al-nafs*) dan latihan (*riyadhah*).

Abu Yazid al-Busthami yang juga seorang psikolog sufi mengalami pengalaman puncak spiritual dengan motivasi *al-ittihad*.²⁴ Hakikat *ittihad* adalah persatuan mistis (*mystical union*) di mana sang sufi telah mengalami peningkatan *ma’rifah* dengan melihat Tuhan melalui mata batin yang terdapat di dalam hati

sanubarinya. Dalam kondisi ini seringkali al-Busthami mengalami *syatahat* (*theopathical stammering*).²⁵

Berbeda dengan kedua tokoh sufi di atas, pengalaman rohani (*religious experience*) Husein ibn Manshur al-Hallaj adalah *al-hulul*.²⁶ Dasar filosofis yang mendasari pemikiran al-Hallaj adalah bahwa Tuhan memiliki dua natur (sifat) ; yaitu natur ketuhanan (*lahut*) yang tidak dapat di jangkau oleh Makhluk; dan natur kemanusiaan (*nasut*) berupa ruh yang berhubungan dengan manusia. Demikian pula, manusia memiliki dua natur, yaitu natur ketuhanan (*lahut*) berupa ruh yang di ciptakan secara langsung oleh Tuhan ; dan natur kemanusiaan (*nasut*) berupa jasad yang berhubungan dengan alam empiris.

O'kane, seorang pemerhati amalan-amalan sufi menjelaskan individu pengamal tarekat mampu melewati batasan-batasan kesadaran diri yang biasa untuk mengetahui kesadaran-kesadaran transenden atau transpersonal melalui hasil latihan-latihan spiritual dalam bentuk amalan-amalan dan *muraqabah*.²⁷

Dalam dunia sufi klasik, al-Ghazali mengungkapkan bahwa pengalaman mistis di temukan lewat jalan tarikat.²⁸ Sedangkan Rivai Siregar dalam bukunya menyebut Ibnu Taimiyah dan Ibn Qayyim sebagai pembawa paham sufisme baru atau neo-sufisme juga menerapkan metode dzikir dan *muraqabah* atau konsentrasi kerohanian guna mendekati Tuhan, tetapi sasaran dan isi konsentrasi itu disejajarkan dengan doktrin salafi (*ortodoks*) dan bertujuan untuk meneguhkan keimanan kepada aqidah yang benar dan kemurnian moral.²⁹

Latihan meditasi yang bertujuan untuk mendapatkan transformasi kesadaran secara radikal, dari kesadaran normal-sadar (*normal waking consciousness*), menuju kesadaran yang berubah (*altered stated of consciousness*) yang selanjutnya menimbulkan pengalaman religius atau pengalaman mistik adalah meditasi transcendental (*transcendental meditation*).³⁰ Di dalam kajian psikologi meditasi di defenisikan sebagai usaha membatasi kesadaran pada satu objek stimulasi yang tidak berubah pada waktu tertentu.³¹ Pada meditasi *transcendental* kesadaran pada objek meditasi ini ditujukan kepada Tuhan yang menciptakan alam semesta, sehingga meditasi ini banyak digunakan sebagai cara untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan atau penyatuan transedental dengan Tuhan.³²

Menurut Robert Frager dzikir sebenarnya merupakan salah satu bentuk dari meditasi transcedental.³³ Ketika seseorang khusyuk, objek pikir atau stimulasi tertuju pada Allah SWT (*dzikrullah*) di sini ada unsur transenden yaitu mengingat akan Allah, merasakan adanya Allah serta persepsi kedekatan dengan Allah. Menurut Simuh *dzikrullah* akan berhasil bila dilakukan dengan penuh penghayatan dan semata-mata tertuju kepada Allah, tidak terpengaruh lagi terhadap alam sekitar serta kesadaran yang beralih dari fisik ke jiwa. Dan pada kondisi ini menurut Charles T Tart akan memunculkan keadaan hening dan lebih jauh lagi memunculkan perasaan ekstasi.³⁴ Ini berarti bahwa perasaan-perasaan seperti ini yang akan di rasakan ketika seseorang mengalami pengalaman Religius dalam dzikir.

Terdapat beberapa pendapat yang mempersoalkan pengertian pengalaman religius dan pengalaman mistik. Menurut Thouless pengalaman Religius adalah sebuah pemahaman langsung dan tanpa perantara (terjadinya konversi) atau munculnya kesadaran internal dari seseorang yang di sertai dengan makrifat terhadap hal-hal yang transenden (Tuhan) atau manifestasi metafisik-Nya (semisal malaikat, para nabi, wali, dan sebagainya) dan ketaatan penuh terhadap hal-hal yang berhubungan dengan pengalaman, serta mengandung makrifat-makrifat religius yang pada umumnya memiliki keistimewaan-keistimewaan seperti; *Pertama*, merasakan sesuatu yang hakiki dan nyata yang berujung pada penguatan kepada keagamaan dan keyakinannya, perasaan itu memberikan suatu pengetahuan dan keyakinan atas hal-hal yang di ketahui. *Kedua*, pengalaman itu memberikan suatu komitmen dan keterikatan yang kuat disertai dengan pemahaman suci dan memberikan perasaan khusuk dan tenang. *Ketiga*, pengalaman ini pada umumnya teraktualisasi di luar batas ruang dan waktu dalam pikiran sang pelaku, dan ketika di jelaskan secara konsepsional akan menggunakan ungkapan-ungkapan agama.

Adapun pengertian pengalaman mistik menurut Stace adalah sebuah pengalaman yang berangkat dari penjelajahan internal manusia yang memiliki keistimewaan-keistimewaan seperti kesatuan individual dan puncak kemanunggalan.³⁵ Di pertegas lagi oleh Rudolf Otto bahwa relasi antara “saya dan

saya” adalah sebuah relasi kehadiran dan di sertai dengan kesatuan. Jenis pengalaman ini memiliki tiga kekhususan seperti perasaan bergantung kepada Yang Mutlak, perasaan takut, dan tunduk.³⁶

Al-Ghazali merupakan psikolog sufistik yang memiliki pengalaman puncak spiritual dengan motivasi *al-ma'rifah*.³⁷ Menurut al-Ghazali *ma'rifah* merupakan cahaya Ilahi yang di hujamkan pada kalbu yang suci dan di kehendaki-Nya. Ketika *al-ma'rifat* dirasakan oleh seorang, maka ia mengalami penyingkapan (*kasyaf*) dan penyaksian (*musyahadah*) terhadap ilmu yang hakiki. *Ma'rifat* diperoleh melalui penajaman cita rasa (*dzauq*) setelah melakukan penyucian diri (*tazkiyah al-nafs*) dan latihan (*riyadhah*).

Abu Yazid al-Busthami yang juga seorang psikolog sufi mengalami pengalaman puncak spiritual dengan motivasi *al-ittihad*.³⁸ Hakikat *ittihad* adalah persatuan mistis (*mystical union*) di mana sang sufi telah mengalami peningkatan *ma'rifah* dengan melihat Tuhan melalui mata batin yang terdapat di dalam hati sanubarinya. Dalam kondisi ini seringkali al-Busthami mengalami *syatahat* (*theopathical stammering*).³⁹

Berbeda dengan kedua tokoh sufi di atas, pengalaman rohani (*religious experience*) Husein ibn Manshur al-Hallaj adalah *al-hulul*.⁴⁰ Al-Hallaj mengisyaratkan *hulul* pada keterkaitan antara hamba dan Tuhan (*lahut wa nasut*). Yakni, Tuhan merasuki jasad-jasad manusia istimewa, seperti Nabi dan para imam. Dengan rasukan Tuhan mereka mendapat *kasab* dengan sifat-sifat uluhiyah.⁴¹

Tokoh sufisme lainnya yang memiliki pengalaman rohani adalah Ibnu Arabi.⁴² Dalam karyanya *Risalah al-Anwar fi ma Yumnah Shahib al-Khalwa min al-Asrar*, Ibn Arabi menceritakan apa yang di alaminya selama dzikirnya yang intensif. Ternyata melalui dzikirnya, beliau bias menembus berbagai “dunia” baik dunia fisik maupun non-fisik.⁴³

Dari beberapa pandangan di atas penulis menyimpulkan bahwa pengalaman religius adalah pengalaman merasakan, meyakini yang pada akhirnya akan menimbulkan pula pengalaman mistik.

Pemahaman yang berbeda tentang pengalaman Religius dan mistik karena bersumberkan dari kajian yang berbeda pula (antara psikologi agama dan tasawuf), maka dalam penelitian ini penulis cenderung menggunakan istilah pengalaman religius karena beberapa alasan: *Pertama*, pengalaman religius yang di hasilkan bukan terjadi dalam proses konversi dan tidak sadar, namun melalui sebuah usaha secara sadar yaitu dengan melakukan dzikir. *Kedua*, dalam studi-studi kajian tasawuf yang dapat merasakan pengalaman religius adalah para nabi, wali, ulama dan sufi.

Peningkatan kualitas keberagamaan (*religioustity*) ini merupakan salah satu tujuan dan kepedulian psikologi Islam. Psikologi Islam memberi tempat bagi pengalaman-pengalaman spiritual dan mengakui adanya dimensi ruhani disamping dimensi-dimensi ragawi, kejiwaan, dan sosio-kultural.⁴⁴ Manusia dipandang sebagai kesatuan bio-psiko-sosio-kultural-spiritual, dan fenomena religiusitas termasuk sifat dasar insan (*human quality*) yang membedakan manusia dari makhluk-makhluk lain, khususnya hewan. Dalam bahasa agama, religiusitas identik dengan (potensi) iman yang dianugerahkan Tuhan hanya kepada umat manusia. Sifat dasar insan ini terpatri secara inheren pada eksistensi manusia. Sifat-sifat dasar insan lainnya adalah kreativitas, kebebasan, tanggungjawab, kesadaran diri dan pengembangan pribadi, rasa etis dan estetis, cinta kasih, kesadaran nilai dan makna hidup, dan kemampuan mengubah nasib.⁴⁵ Sifat-sifat dasar ini dimiliki oleh umat manusia tanpa membedakan ras, agama, usia, dan jenis kelamin.

Pengalaman-pengalaman religius dalam psikologi Islam di pandang sebagai ungkapan religiusitas yang tertanam di relung hati terdalam masing-masing pribadi. Setiap manusia pada suatu saat niscaya mengalami hal-hal yang menggetarkan dan menakjubkan (*tembeling and fascinating*) yang berlangsung sekejap atau lebih lama lagi waktunya, disadari atau tidak.

Dalam dunia tasawuf pengenalan diri dapat dicapai dengan melakukan *riyadhah alnafs*, dan *riyadhah l-nafs* tidak dapat di lakukan kecuali dengan penyucian jiwa. Menurut al-Sarri al-Saqati seseorang yang sudah menggapai makrifat hendaknya mampu mengendalikan dirinya. “Kekuatan yang paling

dahsyat ialah hendaknya kau mampu mengendalikan dirimu. Dan barangsiapa yang tidak mampu lagi mengendalikan dirinya, niscaya dia tidak mampu lagi mengendalikan orang lain dan aku tidak tahu adakah yang lebih meluluh lantakkan amal, menghancurkan leburkan kalbu, lebih mempercepat keruntuhan seorang hamba, memperlambat perasaan sedih, mempermudah perasaan dengki dan mendorong pada perasaan cinta kemegahan serta kesombongan, selain dari sedikitny pengetahuan seorang hamba Allah terhadap dirinya ataupun kecenderungan pandangan mencari-cari keburukan orang lain".⁴⁶

Dalam dunia Sufi, usaha mengkonsentrasikan pikiran terhadap suatu objek dan membebaskan diri terhadap keterbatasan fisik dilakukan dengan meditasi sufi (*sufi meditation*) disebut dengan *muraqabah*⁴⁷ *Muraqabah* atau kontemplasi ini dilakukan dengan posisi duduk dan membiarkan mata terpejam⁴⁸ Semakin sering pelaku melakukan amaliah ini maka semakin mudah mereka merasakan keadaan *trance*.

Keadaan *trance* (khusyuk) dalam amaliah dzikir masih menjadi perdebatan dikalangan psikologi apakah *trance* itu terjadi secara sadar atau tidak. Sebagian ahli berpendapat bahwa *trans* itu tidak sadar sebab beberapa penelitian membuktikan bahwa mereka yang sedang mengalami *trans* tidak bisa menjawab pertanyaan-pertanyaan tentang kondisi pada saat *trans*, yang diajukan peneliti setelah kondisi *trans* selesai. Carl Gustav Jung adalah salah satu tokoh psikologi yang berpendapat bahwa pengalaman religius muncul dalam keadaan tidak sadar. Ungkapan ini berangkat dari teorinya yang dikenal dengan pikiran bawah sadar kolektif (*collective unconsciousness mind*).⁴⁹

Namun sebagian ahli berpendapat bahwa *trans* itu bisa dicapai dengan sadar dengan alasan bahwa proses kesadaran yang terjadi pada saat *trans* adalah terdesaknya kesadaran sehingga muncul kesadaran lain. Charles T Tart Kemudian jika kesadaran tersebut terdesak dan orang tersebut mampu mempertahankan kesadarannya maka apa yang terjadi ketika dirinya *trans* akan diketahui dan dia tetap sadar. Bagi Ornstein latihan meditasi yang bertujuan untuk mendapatkan transformasi kesadaran secara radikal adalah proses kesadaran normal-sadar (*normal waking consciousness*), menuju kesadaran yang berubah (*altered stated*

of *consciousness*) yang selanjutnya menimbulkan pengalaman religius atau pengalaman mistik adalah meditasi *transcendental (transcendental meditation)*.⁵⁰

PENUTUP

Walaupun terdapat perbedaan pandangan tentang munculnya pengalaman religius (pengalaman keagamaan), namun para ahli Psikologi dan Sufi berpendapat bahwa pengalaman religius bukan sejenis pengalaman pengetahuan dan rasionalitas, namun perasaan ketergantungan secara mutlak dan perasaan mendalam terhadap “Sang Pencipta”, atau merasakan kekuatan yang berbeda dari alam. Pengalaman ini sering diekspresikan dalam ungkapan-ungkapan simbolik.

Tema-tema pengalaman religius yang sering di temukan pada berbagai tradisi keagamaan ini secara psikologi melahirkan kesehatan spiritual bagi pelakunya karena dibiasakan untuk berkonsentrasi terhadap satu objek, dan berfikir positif terhadap kehadiran objek yang sakral. Usaha ini akan sering ditemukan dalam meditasi-meditasi transedental

Endnote

¹ Ridin Sofwan, *Menguak Seluk Beluk Aliran Kebatinan*, (Semarang: Aneka Ilmu, 2003),

² James Leuba salah seorang perintis psikologi agama menunjukkan banyak ajaran agama yang bermutu rendah dan tidak masuk akal. Dalam upaya menunjukkan irasionalitas kepercayaan agama yang konvensional. Melalui kuesioner Leuba mengumpulkan data yang menunjukkan bahwa para ilmuwan dan sejarawan yang terkenal jauh lebih kecil kemungkinannya untuk mempercayai Tuhan dan keabadian ketimbang rekan-rekan mereka yang kurang terkemuka. Lihat Jalaluddin Rahmat, *Psikologi Agama: Sebuah Pengantar* (Bandung: Mizan, 2003), 164.

³ Sebagai tokoh Psikoanalisa, Carl Gustav Jung dalam teorinya mengatakan bahwa semua perilaku manusia di dorong oleh alam sadar dan alam bawah sadarnya. Alam bawah sadar kolektif ini merupakan lapisan dasar psikis umum dari alam supra pribadi yang eksis disetiap diri manusia. Pemahaman dan keyakinan umat manusia terhadap umatnya adalah hasil kerja alam bawah sadar kolektif. Lihat Aziz, Robert. *C.G.Jung 's Psychology of Religion and Synchronicity*. (New York:: Sunny Press, 1990), 116.

⁴ Analisa yang dibangun Freud tentang agama ini kemudian dikembangkan dalam bukunya yang berjudul *The Future of an Illusion* (1969). Lihat Kalat, James W. *Introduction to Psychology* (Belmont: Cengage Learning, 2007), 538.

⁵ William James (1842-1910) seorang guru besar di bidang psikologi modern berasal dari keluarga cendekiawan yang sejak lama menaruh perhatian hal-hal keruhanian dan agama. Namun, pengertian James terhadap agama berbeda dengan pengertian umum. Baginya agama adalah

segala perasaan, tindakan, dan pengalaman pribadi manusia dalam kesendiriannya, sejauh mereka memahami diri mereka sendiri saat berhadapan dengan apapun yang mereka anggap sebagai yang ilahiah. Hasil materi perkuliahan yang disampaikannya sebagai guru besar tamu di Universitas Edinburg Skotlandia tahun 1901-1902 telah menghasilkan sebuah buku yang berjudul *The Varieties of Religion Experience*. Buku ini berisikan berbagai ilustrasi pengalaman individual tokoh-tokoh sejarah lintas agama dalam menjalankan kehidupan beragama. Diantaranya kaum mistikus Kristen seperti St Ignatius dan Starbuck, kaum mistikus Islam al-Ghazali, dan Gautama. William James menekankan bahwa tekanan kejiwaan terhadap seorang pribadi yang kemudian melahirkan pengalaman individu, mempunyai keterkaitan kepada yang *transenden* (Tuhan).

⁶Lihat Ralph W Hood, Peter C. Hill, and Bernard Spilka, *The Psychology of Religion: An Empirical Approach* (New York: The Guildford, 2009), 23.

⁷ William James, *The Varieties of Religion Experience: A Study in Human Nature* (New York: Art Manor LLC, 2008), 259.

⁸ R.H.Thouless, *An Introduction to the Psychology of Religion*, (London: Cambridge University, 1936), 77.

⁹ Charles T Tart, *Transpersonal Psychologies*, (London: Harper & Row, 1969), 87.

¹⁰ Lihat Frager, Robert. *Transpersonal Psychology: Promise and Prospect*. In Valle, R. & Halling, S. (Eds). *Existential Phenomenological Perspective in Psychology: Exploring the Breadth of Human Experience* (New York: Plenum Press, 1989). 69.

¹¹ John E. Nelson, *Personality factors in the frequency of reported spontaneous praetenatural experience*, *The Journal of Transpersonal Psychology*, 21 (2), 193-210.

¹² Braud dan Palmer, *Exceptional human experiences, disclosure, and a more inclusive view of physical, psychological and spiritual well-being*, 34 (1), 29-61. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 21 (2), 193-210.

¹³ William James, *The Varieties of Religion Experience: A Study in Human Nature* (New York: Art Manor LLC, 2008), 259.

¹⁴ O'Kane, *Transpersonal Dimensions of Transformations: A Study of the Contribution Drawn from the Dusi order Teachings and Training the Emerging of Transpersonal Psychology* (Ann Arbor: The Union for Experimenting College & University, 1989), 89

¹⁵ Margareth Smith, *Al-Ghazali: The Mystic*, Kazi Publication, Lahore, 1994, hlm. 117.

¹⁶ Walsh, Neo Donald. *Meditation Practice and Research*. *Journal of Humanistic Psychology*. 23(1). 50.

¹⁷ Nama lengkapnya Abu Yazid bin Isa bin Syrusan al-Bustami di lahirkan di Bustam salah satu kota di daerah Qunais bagian timur laut Persia tahun 814 M dan wafat tahun 874 M. Ajaran tasawufnya adalah fana, baqa dan ittihad.

¹⁸ Abu bakar Muhammad al-Kalabadzi. *At-Ta'arruf li Madzhab Ahl-at-Tashawwuf*, (tk: Maktabah al-Kulliyat al-Azhariyyah 1969, hlm.147

¹⁹ Harun Nasution, *Filsafat dan Mistisime dalam Islam* (Jakarta: Bulan Bintang, 1995), 87.

²⁰ Husain ibn Mansur al-Hallaj atau biasa disebut dengan al-Hallaj adalah salah seorang sufi yang dilahirkan di kota Thur di kawasan Baidhah, Iran Tenggara, tahun 866 M. Al-Hallaj merupakan syekh sufi abad ke-9 dan ke-10 yang paling terkenal. Ia terkenal karena berkata "Akulah Kebenaran", ucapan yang membuatnya dieksekusi secara brutal.

²¹ Walter Terence Stace. *Religion and Modern Mind*. (New York: Michigan University Press, 1960), 87.

²² Antone Vergote, *Religion, Believe and Unbelieve: A Psychological Study* (Amsterdam: Leuven University, 1996), 116.

²³ Kata al-ma'rifah secara harfiyah memiliki arti "pengetahuan". Kendatipun ia memiliki makna harfiyah sama dengan al'ilm, tetapi secara terminologis memiliki perbedaan. Al'ilm diperuntukkan bagi pengetahuan yang universal (kulliy) dan terstruktur (murakkab), sedangkan al-ma'rifah diperuntukkan bagi pengetahuan yang partikuler (juz'i) dan sederhana (basith).

-
- ²⁴ Nama lengkapnya adalah Abu al-Faidh Zu-Nun al-Mishri, lahir di ihmim, Mesir hulu tahun 773 dan wafat di Gizah tahun 860.
- ²⁵ Syathahat adalah ucapan-ucapan ekstatik yang dikeluarkan oleh sang sufi ketika ia mulai berada di pintu gerbang ittihad. Syathahad merupakan mabuk spiritual (*esoteris*) secara batiniah, tetapi tidak mabuk secara lahiriah (*eksoteris*). Lihat Seyyed Hossein Nasr. "The Message of Sufism." In Jean-Louis Michon & Roger Gaetani. Sufism: Love and Wisdom. (Canada: World Wisom, Inc, 2006), 216.
- ²⁶ Mariasuai Dhavamony. Fenomenologi Agama (Yogyakarta: Kanisius, 1995), 287.
- ²⁷ O'Kane, Transpersonal Dimentions of Transformations : A Study of the Contribution Drawn from the Dusi order Teachings and Training the Emerging of Transpersonal Psychology (Ann Arbor : The Union for Experimenting Colledge & University, 1989), 89
- ²⁸ al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad ibn Muhammad, Ihya' Ulum al-Din. Juz I. (Beirut: Dar al-Fikr, TT).
- ²⁹ Menurut Wahabi mereka adalah kaum "Salafi" yang memiliki versi bahwa mereka adalah sebuah gerakan yang meneruskan jejak dakwah rasulullah , para sahabat, murid-muridnya, hingga berlanjut ke eke masa Ibn Taimiyyah sampai ke Abdul Wahab dan ulama mereka masa sekarang seperti Syaikh al-Bani, Muqbil, Utsaimin dll dengan penyucian aqidah dan ibadah. Lihat Rivai Siregar, Tasauf dan Sufisme Klasik ke Neo Sufisme (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2000), 43.
- ³⁰ Meditasi Transendental di perkenalkan di India pada tahun 1955 oleh Mahareshi Mahesh Yogi.
- ³¹ Lihat Calvin S. Hall & Gardner Lindzey, Psikologi kepribadian 2: Teori-teori Holistik (Organismik-Fenomenologis), (Yogyakarta: Kanisius, 1993), 233.
- ³² Walsh, Neo Donald. Meditation Practice and Research. Journal of Humanistic Psychology. 23 (1), 1983.50.
- ³³ Robert Frager. "Transpersonal Psychology: Promise and Prospect". In Extintial Experience, ed. Vall R & hailing S, (New York: Plenum, 1989), 166.
- ³⁴ Charles T Tart. Transopersonal Psychologi. (New York: Harper & Row, 1975), 114.
- ³⁵ Walter Terence Stace. Religion and Modern Mind. (New York: Michigan University Press, 1960), 87.
- ³⁶ Antone Vergote, Religion, Believe and Unbelieve: A Psychological Study (Amsterdam: Leuven University, 1996), 116.
- ³⁷ Kata *al-ma'rifah* secara harfiyah memiliki arti "pengetahuan". Kendatipun ia memiliki makna harfiyah sama dengan *al'ilm*, tetapi secara terminologis memiliki perbedaan. *Al'ilm* diperuntukkan bagi pengetahuan yang universal (*kulliy*) dan terstruktur (*murakkab*), sedangkan *al-ma'rifah* diperuntukkan bagi pengetahuan yang partikuler (*juz'i*) dan sederhana (*basith*).
- ³⁸ Nama lengkapnya adalah Abu al-Faidh Zu-Nun al-Mishri, lahir di Ihmim, Mesir hulu tahun 773 dan wafat di Gizah tahun 860.
- ³⁹ Syathahat adalah ucapan-ucapan ekstatik yang dikeluarkan oleh sang sufi ketika ia mulai berada di pintu gerbang ittihad. Syathahad merupakan mabuk spiritual (*esoteris*) secara batiniah, tetapi tidak mabuk secara lahiriah (*eksoteris*). Lihat Seyyed Hossein Nasr. "The Message of Sufism." In Jean-Louis Michon & Roger Gaetani. Sufism: Love and Wisdom. (Canada: World Wisom, Inc, 2006), 216.
- ⁴⁰ Mariasuai Dhavamony. Fenomenologi Agama (Yogyakarta: Kanisius, 1995), 287.
- ⁴¹ Harun Nasution. Filsafat dan Mistisime dalam Islam (Jakarta: Bulan Bintang, 1995), 98.
- ⁴² Nama lengkapnya Imam Muhyi al-Din Abu Bakar Muhammad ibn Ali ibn Muhammad ibn al'Arabi al-Hatimi al-Tha'i. Lahir di Mursia Spanyol Tenggara pada tanggal 17 Ramadhan 560 H.
- ⁴³ Abdul Syakur DJ. Integrasi Ilmu: Sebuah Rekonstruksi Holistik. (Bandung: Mizan, 2005), 113. Di buku ini In 'Arabi menceritakan apa ayang dia alami selama dzikirnya yang intensif, di antaranya, dirinya mampu menembus dunia fisik dan non-fisik, masuk ke dunia tumbuhan dan dunia mineral, melihat surge yang bertingkat-tingkat, bahkan beliau dapat melihat 'Arsy dan dunia ghaib lainnya.
- ⁴⁴ Psikologi Islami (*Islamic Psychology*), sebagaimana yang dirumuskan dalam Simposium Nasional Psikologi Islami tahun 1994 di Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS), adalah

-
- corak psikologi yang berlandaskan citra manusia menurut ajaran Islam, yang mempelajari keunikan dan pola perilaku manusia sebagai ungkapan pengalaman interaksi dengan diri sendiri, lingkungan sekitar, dan alam keruhanian, dengan tujuan meningkatkan kesehatan mental dan kualitas keberagamaan.
- ⁴⁵ Kualitas insan (*human qualities*) merupakan materi telaah utama psikologi humanistic. Lihat rumusan psikologi humanistic dalam Abraham Maslow. *Toward a psychology of being*. (Michigan: John Willey & Sons, 1999). 183.
- ⁴⁶ Nama al-Sarri al Saqati adalah Abu al-Hasan al-Sarri ibn al-Muqallis al-Saqati, yaitu murid daripada Abu Mahfuz Ma'ruf al-Karkhi dan guru Imam al-Junaid. Dilahirkan di Persia pada tahun 153 H. Dan wafat di Bagdad tahun 251 H. Beliau terkenal dengan sifat zuhud dan wara" dan selalu beribadah kepada Allah. Lihat Sadiq Mahmud al-Jumaili, *Min al-A'lam al-Arifin* (Bagdad: Dar al-Anbar, 1990, cet II hal.53 dan Jamal al-Din Abu al-Faraj Ibn al-Jauzi, Sayyid Nurjan Mirahmadi, *The Healing Power of Sufi Meditation*, 37
- ⁴⁷ Khwaja Shamsuddin Azeemi. *Muraqabah: The Art and Science of Sufi Meditation* (Houston: Plato Publishing, 2005), 3.
- ⁴⁸ Alam Bawah Sadar Kolektif atau kesadaran intrinstik otak ini merupakan dasar bagi kecerdasan spiritual. Lihat Taufik Pasiak, *Revolusi IQEQ/SQ*, (Bandung: Mizan, 2005), 374.
- ⁴⁹ Lihat Calvin S. Hall & Gardner Lindzey, *Psikologi kepribadian 2: Teori-teori Holistik (Organismik-Fenomenologis)*, (Yogyakarta: Kanisius, 1993), 233.

DAFTAR PUSTAKA

Azeemi, Khawaja Shamsuddin. *Muraqabah: The Art and Science of Sufi Meditation*, Houston: Plato Publishing, 2005)

-
- Ahmad, Mohiyuddin. *Saviours of Islamic Spirit*. New York: Academy of Islamic Research and Publications, 1971.
- Al-Jumaili, Sadiq Mahmud. *Min al-A'alam al-Arifin*. Baghdad: Dar al-Anbar, 1990
- Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad ibn Muhammad. *Ihya' 'Ulum al-Din*. Juz I. Beirut : Dar al-Fikr, TT.
-
- _____ . "Misykat al-Anwar". Dalam Muhammad Musthafa' Abu A'la (Ed.), *Al-Qushur al-Awaly*, Kairo: Maktabah Junci, 1970.
- Abidin, Danial Zainal. *Al-Quran For Life Excellence; Tips-tips Cemerlang dari al-Quran*, Bandung: Mizan, 2008.
- Baruss, Imants. *Alteration of Consciousness: an empirical analysis for social scientists*. New York: American Psychological Assosiation, 2003.
- Batson , Daniel & Patricia Schoenrade, *Religion & the Individual: A Social-Psychological Perspective*. New York: Oxford University, 1993.
- Benson, Herbert & William Proctor. *The Breakout Principle*, New York: Scribner, 2003.
- Berthold, *The Meaning of Religius Experience*, JR.XXXII, 1952
- Daniel, Michael, *The Role & Scope of Transpersonal Psychology*, www.transpersonalpsychology.co.uk, 2003
- DJ, Abdul Syukur. *Integrasi Ilmu: Sebuah Rekonstruksi Hollistik*. Bandung: Mizan, 2005.
- Effendi, Irmansyah. *Kesadaran Jiwa*. Jakarta: Gramedia, 2001.
- Ernest , Carl W Ernest. *Words of Ecstasy in Sufism*. Albani: State University of New York Press, 2003.
- Fragar, Robert." Transpersonal Psychology Promise and Prospect". In *Extintial in Psychology Exploring The Breath of Human Experiences*, ed. Valle R & Hailing S. New York: Plenum , 1989.
- Giorgi, A. *Psychology as Human Science*. New York: Harper & Row, 1970.
- Groff, Stanislav. "Theoretical and Empirical Foundation of Transpersonal Psychology". In *Transpersonal Psychoterapy*, ed. Boorstein. S, New York: State University of New York Press , 1996.
- Hall, Calvin S & Gardner Lindzey. *Psikologi Kepribadian 2: Teori-teori Holistik (Organismik-Fenomenologis)*. Yogyakarta: Kanisius, 1993.
- Hood, Ralph W, Peter C Hill, and Bernard Spilka. *The Psychology of Religion: An Empirical Approach*, New York: The Guildford, 2009.
- James, William. *The Varieties of Religius Experience: A Study in Human Nature*, New York: Art Manor LLC, 2008.

-
- Kartanegara, Mulyadhi. *Menyibak Tirai Kejahilan: Pengantar Epistemologi Islam*. Bandung: Mizan, 2003.
- Kalat, James W. *Introduction to Psychology*. Belmont: Cengage Learning, 2007.
- Davamony, Mariasusai. *Fenomenologi Agama*. Yogyakarta: Kanisius, 1995.
- Maslow, Abraham, *Toward a Psychology of Being*, , Canada: John Willey & Sons, 1999.
- Mirahmedi, Sayyid Nurjan, Shaykh Muhammad Hisham Kabbani, *The Healing Power of Sufi Meditation, Naqsbandy Haqqani Sufi Order of Amerika*, New York: Fenton Press, 2005 .
- Mollenauer, Rod Plotnik Sandra. *Introduction to Psychology*. New York : Newbery Award Records, 1992.
- Mustofa, Agus. *Menyelam Ke Samudera Jiwa dan Ruh*. Surabaya: Padma Press, 2005.
- Noesjirwan. *Menguak Tabir Meluaskan Cakrawala*. Jakarta: Mizan, 1992.
- Nasr, Hossein Seyyed. "The Message of Sufism." In *Sufism: Love and Wisdom*. Jean
- Louis Michigon & Goger Gaetani. Canada: World Wisdom, Inc, 2006.
- Nurbakhsy, Javad. *Psikologi Sufi*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001.
- O'Kane. *Transpersonal Dimensions of Transformations: A Study of The Contribution Drawn from The Sufi Order Teachings and Training The Emerging of Transpersonal Psychology*. Ann Arbor: The Union for Experimenting Colledge & University, 1989.
- Ornstein, R.E. *The Psychology of Consciousness*. New York: Penguin, 1986.
- Otto, Rudolf. *The Idea of Holly*. New York : Oxford University, 1923.
- Ozelsel, Michaela. *Forty Days: The Diary of A Traditional Solitary Sufi Retread*. Vermont: Threshold Books, 1996.
- Pasiak, Taufik. *Revolusi IQ, EQ, SQ; Menyingkap Rahasia Kecerdasan Berdasarkan Al-Quran dan Neurosains Mutakhir*. Bandung: Mizan, 2008.
- Rahmat, Jalaluddin. *Psikologi Agama : Sebuah Pengantar*. Bandung: Mizan, 2003
- Robert , Aziz. *C.G.Jung's Psychology of Religion and Synchronicity*. New York: Sunny Press, 1990.
- Says, Henry. *One Respon to Practical Spiritual NLP: State Sholat dan Gelombang Otak*.
- Simuh. *Tasauf dan Perkembangannya dalam Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1997.

-
- Siregar, Rivai. *Tasauf dari Sufisme Klasik ke Neo-Sufisme*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2000.
- Smith, Margareth. *Al-Ghazali: The Mystic*. Lahore: Kazi Publication, 2000.
- Sofwan, Ridin. *Menguak Seluk Beluk Aliran Kebatinan*, (Semarang: Aneka Ilmu, 2003)
- State, Walter Terence. *Religion and Modern Mind*. New York: Michigan University, 1960.
- Searle, J. R. *The Mystery of Consciousness*. New York: Review of Books, 1997.
- Shapiro, Deane & Roger N Walsh. *Meditation, Classic and Contemporary Perspectives*. New York: Aldine Publishing, 1984.
- Starbuck, Edwin. *The Psychologi of Religion: An Empirical Study of the Growth of Religijs Consciousness*. 1899.
- Tart, Charles T. *Transpersonal Psychology*. New York: Harper & Row, 1975.
- Thouless, Robert Hendry. *An Introduction to the Psychologi of Religion*, London: Cambridge University Press, 1934.
- Ullman, C. *The Transformed Self: The Psychology of Religijs Conversion*. London: Plenum Press, 1989.
- Wach, Joachim. *Types of Religion Experience*. Chicago: Chicago University, 1951.
- Walsh, Neo Donald. Meditation Practice and Research. *Journal of Humanistic Psychology*. 23 (1). 1983.
- Wilcox, Linn. *Psychosufi Terapi Psikologi Sufistik: Pemberdayaan Diri*. Jakarta : Cendekia Muda, 2007.
- Zohar, Danah & Ian Marshal, *SQ: Connecting with Our Spiritual Intelegence*, California: Bloomsbarry, 2000.